Учреждение образования
«Могилевский высший колледж Министерства внутренних дел
Республики Беларусь»

УТВЕРЖДАЮ
Начальник
Могилевского высшего колледжа
МВД Республики Беларусь
полковник милиции

Г.Л. Колесник

. .2014

УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА ПО ДИСЦИПЛИНЕ
«Физическая подготовка»
специальности переподготовки 1-93 01 79
«Организационно-правовое обеспечение безопасности
дорожного движения»
(специалист по обеспечению безопасности дорожного движения)

в соответствии с типовым учебным планом переподготовки,
утвержденным _____, регистрационный номер

Разработчик программы: Немцев Александр Петрович, преподаватель кафедры профессионально-прикладной физической подготовки

Рекомендована к утверждению на заседании кафедры профессионально-прикладной физической подготовки. Протокол заседания от 19.06.2014 года №10.

Рекомендована к утверждению методическим советом высшего колледжа. Протокол заседания от 28 августа 2014 года № 9.

ВВЕДЕНИЕ

Программа дисциплины «Физическая подготовка» предназначена для переподготовки сотрудников ОВД по специальности «Организационно-правовое обеспечение безопасности дорожного движения». Она предусматривает изучение действующего законодательства, ведомственных нормативных правовых актов и практики деятельности сотрудников, обеспечивающих безопасность дорожного движения.

Рассматриваемые в данной программе вопросы отвечают требованиям к профессиональной деятельности сотрудников, обеспечивающих безопасность дорожного движения, направлены на формирование знаний в области физической подготовки, способствуют углублению умений и навыков, необходимых для выполнения возложенных обязанностей.

Программа разработана на основе современных положений педагогики, а также требований нормативных правовых актов в сфере образования. Изучение предусмотренных программой тем ориентировано на формирование знаний и умений, необходимых для служебной деятельности, а также на формирование профессиональной позиции, отвечающей основополагающим принципам деятельности правоохранительных органов Республики Беларусь при применении физической силы и специальных средств.

Целью программы является овладение слушателями знаниями и умениями, позволяющими на более качественном уровне обеспечить выполнение должностных обязанностей.

Достижение цели реализуется решением следующих задач:

усвоение слушателями основных положений нормативных правовых актов для решения служебных задач;

соблюдение слушателями дисциплины и законности;

формирование знаний о роли и месте физической подготовки в решении задач, стоящих перед милицией, обеспечивающей безопасность дорожного движения;

обеспечение физической подготовленности, определяющей готовность к исполнению служебных обязанностей.

Методами изучения дисциплины являются: проведение практических занятий, самостоятельная работа обучающихся с рекомендованными преподавателем литературными источниками, консультирование, зачет.

Средствами реализации учебной программы дисциплины являются: нормы уголовно-процессуального законодательства, положений Закона об органах внутренних дел и ведомственных нормативных актов; учебники и учебные пособия, рекомендованные преподавателем в процессе

проведения учебных занятий; набор дидактических материалов; раздаточные материалы.

По результатам изучения дисциплины слушатели должны:

знать:

цели и задачи общей физической подготовки (развитие и совершенствование физических качеств);

цели и задачи специальной физической подготовки (совершенствование навыков в выполнении приемов самообороны);

значение приемов самообороны в подготовке сотрудников органов внутренних дел, обеспечивающих безопасность дорожного движения;

средства и методы физической подготовки сотрудников органов внутренних дел, обеспечивающих безопасность дорожного движения;

основные документы, регламентирующие физическую подготовку в МВД Республики Беларусь (Инструкция о порядке и условиях проведения профессиональной подготовки сотрудников органов внутренних дел Республики Беларусь);

правомерность применения физической силы, в том числе приемов самообороны (Закон Республики Беларусь «Об органах внутренних дел», ст. 27);

правомерность применения специальных средств (Закон Республики Беларусь «Об органах внутренних дел», ст. 28);

уметь:

уверенно и квалифицированно использовать приобретенные двигательные умения и навыки по различным видам физической подготовки (уверенно владеть приемами самообороны, постоянно выполнять контрольные нормативы, правомерно применять специальные средства);

действовать лично, а также в составе группы при возникновении экстремальных ситуаций;

переносить длительные физические и психологические нагрузки;

поддерживать общую и специальную работоспособность при выполнении оперативно-служебных задач;

осуществлять самоконтроль за состоянием здоровья.

Занятия с сотрудниками МВД, находящимися по заключению медицинских работников организации здравоохранения МВД в группах ЛФК по месту службы, проводятся в рамках времени, установленного для занятий по физической подготовке в соответствии с рассматриваемыми программами, с отработкой выполнения боевых приемов борьбы без падений и бросков.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Номер и наименование темы	Количество учебных часов									
	Всего	Распределение по видам занятий								
		Аудиторные занятия								
		лекции	практические занятия	семинарские занятия	круглые столы, тематические	лабораторные занятия	деловые игры	тренинги	конференции	самостоятельная работа
	40		20							20
1. Болевые приемы задержания и сопровождения	8		4							4
2. Основные способы освобождения от захватов и обхватов правонарушителя	8		4							4
3. Специальные приёмы с использованием палки резиновой (ПР-73) в различных условиях	6		4							4
4. Обучение и совершенствование техники действий при угрозе правонарушителя огнестрельным оружием	6		2							2
5. Техника выполнения и методика обучения защитным действиям от нападений вооруженного правонарушителя	4		4							2
6. Техника выполнения и методика обучения проведению наружного досмотра под угрозой применения огнестрельного оружия.	4		2							4
Зачет										
Всего	40		20							20

Тема 1. Болевые приемы задержания и сопровождения

Практическое занятие.

Совершенствование двигательных умений, связанных с техникой выполнения болевых приемов задержания и сопровождения («Толчком», «Нырком», «Рывком», «Замком», «Рычагом руки внутрь», «Рычагом руки наружу», «Дожимом кисти»).

Требования к проверке результатов самостоятельной работы:

Слушатели должны:

иметь представление:

о технике проведения болевых приемов задержания и сопровождения;
знать:

содержание нормативно-правовых актов, регламентирующих правомерность применения физической силы и специальных средств;

меры безопасности и предупреждение травматизма на занятиях по физической подготовке;

уметь:

правильно выполнять болевые приемы задержания и сопровождения («Толчком», «Нырком», «Рывком», «Замком», «Рычагом руки внутрь», «Рычагом руки наружу», «Дожимом кисти»).

Тема 2. Основные способы освобождения от захватов и обхватов правонарушителя

Практическое занятие.

Совершенствование знаний и двигательных умений, связанных с выполнением приемов освобождения от захватов и обхватов (освобождение от захвата двух рук двумя руками сверху при подходе спереди, от захвата одежды на груди руками при подходе спереди, от обхвата туловища под руки при подходе спереди, от обхвата туловища с руками при подходе спереди, от обхвата туловища под руки при подходе сзади, от обхвата туловища с руками при подходе сзади).

Требования к проверке результатов самостоятельной работы:

Слушатели должны:

иметь представление:

о технике выполнения приемов освобождения от захватов и обхватов правонарушителя;

знать:

содержание нормативно-правовых актов, регламентирующих правомерность применения физической силы и специальных средств;

меры безопасности и предупреждение травматизма на занятиях по физической подготовке;

уметь:

правильно выполнять приемы освобождения от захватов (освобождение от захвата двух рук двумя руками сверху при подходе спереди, от захвата одежды на груди руками при подходе спереди, от обхвата туловища под руки при подходе спереди, от обхвата туловища с руками при подходе спереди, от обхвата туловища под руки при подходе сзади, от обхвата туловища с руками при подходе сзади).

Тема 3. Специальные приемы с использованием палки резиновой (ПР-73) в различных условиях

Практическое занятие.

Совершенствование двигательных умений и навыков, связанных с техникой действий с резиновой палкой (ПР-73) в различных условиях (на улице, в помещениях, в условиях ограниченного пространства).

Выполнение защитно-атакующих действий с использованием палки резиновой (ПР-73) от удара правонарушителя сверху.

Выполнение защитно-атакующих действий с использованием палки резиновой (ПР-73) от удара правонарушителя сбоку.

Выполнение защитно-атакующих действий с использованием палки резиновой (ПР-73) от удара правонарушителя снизу.

Выполнение защитно-атакующих действий с использованием палки резиновой (ПР-73) от удара наотмашь.

Выполнение защитно-атакующих действий с использованием палки резиновой (ПР-73) от прямого удара.

Требования к проверке результатов самостоятельной работы:

Слушатели должны:

иметь представление:

о технике выполнения двигательных умений, связанных с выполнением приемов защитно-атакующих действий с использованием палки резиновой (ПР-73) от ударов правонарушителя;

знать:

содержание нормативно-правовых актов, регламентирующих правомерность применения физической силы и специальных средств;

меры безопасности и предупреждение травматизма на занятиях по физической подготовке;

уметь:

правильно использовать палку резиновую (ПР-73), выполнять приемы защиты от ударов правонарушителя, вооруженного палкой и тяжелыми предметами;

Тема 4. Обучение и совершенствование техники действий при угрозе правонарушителя огнестрельным оружием

Практическое занятие.

Совершенствование необходимых знаний и двигательных умений, связанных с техникой выполнения приемов защиты при угрозе правонарушителя огнестрельным оружием (пистолетом спереди с близкого расстояния, сзади с близкого расстояния).

Требования к проверке результатов самостоятельной работы:

Слушатели должны:

иметь представление:

о технике выполнения двигательных умений, связанных с выполнением приемов защиты от угрозы пистолетом спереди, сзади;

знать:

содержание нормативно-правовых актов, регламентирующих правомерность применения физической силы и специальных средств;

меры безопасности и предупреждение травматизма на занятиях по физической подготовке;

уметь:

правильно выполнять приемы защиты от угрозы пистолетом спереди и сзади с близкого расстояния;

Тема 5. Техника выполнения и методика обучения защитным действиям от нападений вооруженного правонарушителя.

Практическое занятие.

Совершенствование необходимых знаний и двигательных умений, связанных с техникой защитных действий от ударов вооруженного правонарушителя.

Требования к проверке результатов самостоятельной работы:

Слушатели должны:

иметь представление:

о технике выполнения двигательных умений, связанных с выполнением приемов защитно-атакующих действий от ударов правонарушителя;

знать:

содержание нормативно-правовых актов, регламентирующих правомерность применения физической силы и специальных средств;

меры безопасности и предупреждение травматизма на занятиях по физической подготовке;

уметь:

правильно использовать технику выполнения приемов защиты от ударов вооруженного правонарушителя.

Тема 6. Техника выполнения и методика обучения проведению наружного досмотра под угрозой применения огнестрельного оружия.

Практическое занятие.

Совершенствование необходимых знаний и двигательных умений, связанных с техникой проведению наружного досмотра под угрозой применения огнестрельного оружия.

Требования к проверке результатов самостоятельной работы:

Слушатели должны:

иметь представление:

о технике проведения наружного досмотра;

знать:

содержание нормативно-правовых актов, регламентирующих правомерность применения физической силы и специальных средств;

меры безопасности и предупреждение травматизма на занятиях по физической подготовке;

уметь:

правильно выполнять действия при проведении наружного досмотра.

МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕЙ АТТЕСТАЦИИ СЛУШАТЕЛЕЙ

Вопросы для проведения зачета:

1. Демонстрация болевого приема задержания и сопровождения «Толчком».

2. Демонстрация болевого приема задержания и сопровождения «Нырком».

3. Демонстрация болевого приема задержания и сопровождения «Дожимом кисти».

4. Демонстрация болевого приема задержания и сопровождения «Рывком».

5. Демонстрация болевого приема задержания и сопровождения «Замком».

6. Демонстрация болевого приема задержания и сопровождения «Рычагом руки внутрь».

7. Демонстрация болевого приема задержания и сопровождения «Рычагом руки наружу».

8. Выполнение приема освобождения от захвата двух рук двумя руками сверху при подходе спереди с последующим задержанием и сопровождением.

9. Выполнение приема освобождения от захвата двумя руками за одежду на груди с последующим задержанием и сопровождением.

10. Выполнение приема освобождения от обхвата туловища с руками спереди с последующим задержанием и сопровождением.

11. Выполнение приема освобождения от обхвата туловища под руки спереди с последующим задержанием и сопровождением.

12. Выполнение приема освобождения от обхвата туловища с руками сзади с последующим задержанием и сопровождением.

13. Выполнение приема освобождения от обхвата туловища под руки сзади с последующим задержанием и сопровождением.

14. Выполнение защитно-атакующих действий с использованием палки резиновой (ПР-73) от удара правонарушителя сверху.

15. Выполнение защитно-атакующих действий с использованием палки резиновой (ПР-73) от удара правонарушителя сбоку.

16. Выполнение защитно-атакующих действий с использованием палки резиновой (ПР-73) от удара правонарушителя снизу.

17. Выполнение защитно-атакующих действий с использованием палки резиновой (ПР-73) от удара правонарушителя наотмашь.

18. Выполнение защитно-атакующих действий с использованием палки резиновой (ПР-73) от прямого удара правонарушителя.

19. Выполнение защитных действий от угрозы пистолетом с близкого расстояния сзади с последующим задержанием и сопровождением

20. Выполнение защитных действий от угрозы пистолетом с близкого расстояния спереди с последующим задержанием и сопровождением.

21. Выполнение техники выполнения наружного досмотра правонарушителя в положении стоя под воздействием пистолета.

22. Выполнение техники выполнения наружного досмотра правонарушителя в положении стоя у стены.

23. Выполнение техники выполнения наружного досмотра правонарушителя в положении лежа под воздействием пистолета.

24. Выполнение техники выполнения наружного досмотра правонарушителя в положении стоя на коленях.

МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕЙ АТТЕСТАЦИИ СЛУШАТЕЛЕЙ, СОСТОЯЩИХ В ГРУППЕ ЛФК ПО МЕСТУ СЛУЖБЫ

Вопросы для проведения зачета:

25. Демонстрация болевого приема задержания и сопровождения «Толчком».

26. Демонстрация болевого приема задержания и сопровождения «Нырком».

27. Демонстрация болевого приема задержания и сопровождения «Дожимом кисти».

28. Демонстрация болевого приема задержания и сопровождения «Рывком».

29. Демонстрация болевого приема задержания и сопровождения «Замком».

30. Демонстрация болевого приема задержания и сопровождения «Рычагом руки внутрь».

31. Демонстрация болевого приема задержания и сопровождения «Рычагом руки наружу».

32. Выполнение приема освобождения от захвата двух рук двумя руками сверху при подходе спереди с последующим задержанием и сопровождением.

33. Выполнение приема освобождения от захвата двумя руками за одежду на груди с последующим задержанием и сопровождением.

34. Выполнение приема освобождения от обхвата туловища с руками спереди с последующим задержанием и сопровождением.

35. Выполнение приема освобождения от обхвата туловища под руки спереди с последующим задержанием и сопровождением.

36. Выполнение приема освобождения от обхвата туловища с руками сзади с последующим задержанием и сопровождением.

37. Выполнение приема освобождения от обхвата туловища под руки сзади с последующим задержанием и сопровождением.

38. Выполнение защитно-атакующих действий с использованием палки резиновой (ПР-73) от удара правонарушителя сверху.

39. Выполнение защитно-атакующих действий с использованием палки резиновой (ПР-73) от удара правонарушителя сбоку.

40. Выполнение защитно-атакующих действий с использованием палки резиновой (ПР-73) от удара правонарушителя снизу.

41. Выполнение защитно-атакующих действий с использованием палки резиновой (ПР-73) от удара правонарушителя наотмашь.

42. Выполнение защитно-атакующих действий с использованием палки резиновой (ПР-73) от прямого удара правонарушителя.

43. Выполнение защитных действий от угрозы пистолетом с близкого расстояния сзади с последующим задержанием и сопровождением

44. Выполнение защитных действий от угрозы пистолетом с близкого расстояния спереди с последующим задержанием и сопровождением.

45. Выполнение техники выполнения наружного досмотра правонарушителя в положении стоя под воздействием пистолета.

46. Выполнение техники выполнения наружного досмотра правонарушителя в положении стоя у стены.

47. Выполнение техники выполнения наружного досмотра правонарушителя в положении лежа под воздействием пистолета.

Выполнение техники выполнения наружного досмотра правонарушителя в положении стоя на коленях.

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Основная:

1. Об органах внутренних дел: Закон Республики Беларусь от 17 июля 2007 г., № 263-З: в ред. Закона Республики Беларусь от 04.01.2014 г., N 123-З // Консультант Плюс: Беларусь. Технология 3000 [Электронный ресурс] / ООО «ЮрСпектр», Национальный Центр правовой информации Республик Беларусь. – Минск, 2014.

2. Об утверждении Инструкции о порядке и условиях проведения профессиональной подготовки сотрудников органов внутренних дел Республики Беларусь: Приказ МВД Республики Беларусь №444 от 27.12.2010.

3. Леонов В.В. Обучение двигательным действиям в профессионально-прикладной физической подготовке сотрудников органов внутренних дел. – Минск, 2009.

4. Профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников правоохранительных органов: учеб. пособие / В.В. Леонов [и др.]; под общ. ред. В.В. Леонова; М-во внутр. дел Респ. Беларусь, учреждение образования «Акад. М-ва внутр. дел. Респ. Беларусь». – Минск: Акад. МВД, 2011.

5. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания [Текст] / В.М. Зациорский. 3-е изд. – М.: Советский спорт, 2009.

6. Физическая культура: учеб. пособие / Е.С. Григорович [и др.]; под ред. Е.С. Григоровича, В.А. Переверзева. – 2-е изд., дораб. и доп. – Минск: Высш. шк., 2009.

7. Физическое воспитание: учеб. пособие для студентов подгот. учеб.-тренировочных групп учреждений, обеспечивающих получение высш. образования / Р.И. Купчинов. – Минск: ТетраСистемс, 2006.

Дополнительная:

1. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. – М.: Физкультура и спорт, 1985.

2. Блеер А.Н., Тышлер Д.А., Мовшович А.Д. Самооборона подручными средствами. – М.: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2006 – 0,5 ч.

3. Калачев Г., Симкин Н.Н. Ближний бой. Опыт разведчика: Сборник / Г. Калачев, Н.Н. Симкин; Сост. А.А. Харлампиев. – М.: «Издательство ФАИР», 2007.

4. Петров М. Каратэ для самообороны: Практическое пособие / М. Петров. – Минск: Книжный Дом, 2007 – 0,5 ч.

5. Серебрянский Ю. Пресечение боя (Школа спецназа) / Ю. Серебрянский. – Мн.: Книжный Дом, 2007.

6. Купчинов Р.И. Физическое воспитание (Боевые искусства): учеб. пособие для студентов подгот. учеб.-тренировоч. групп учреждений, обеспечивающих получение высш. образования / В.И. Купчинов. – Минск: ТетраСистемс, 2006.